

Youniverse | Cosmotivati

#librifelici

- 🔍 Per fare il pieno di positività
- 🔍 Per imparare qualcosa di speciale
- 🔍 Per realizzare i tuoi sogni

1. LA FELICITÀ SUL COMODINO

di **Alberto Simone** (Tea, € 15)
Tutte sogniamo la magia di certi eventi irripetibili, ma esiste anche un altro tipo di felicità, meno spettacolare ma più duratura. Alberto Simone, che è un psicologo ma anche un regista, ti insegna a ottenere quest'ultima. E a evitare quei subdoli meccanismi che ti spingono così spesso a complicarti inutilmente la vita.

2. MANUALE DI UN MONACO BUDDHISTA PER AVERE SUCCESSO SUL LAVORO

di **Kiyohiko Shimizu** (Valardi, € 13,90)
Se vuoi avere una carriera gratificante e priva di stress, non puoi non prendere ispirazione da questo concentrato di saggezza orientale. L'autore è un ex top manager giapponese diventato monaco buddista, che applica i principi zen al mondo del lavoro per regalarci osservazioni illuminanti. Dopo averlo letto la tua sofferenza non sarà più la stessa.

3. VIVI LEGGERO

di **Regina Wong** (Oryza, € 14,90)
Ideatrice del blog Simple and Minimal, Regina Wong ti insegna a liberarti del superfluo per fare spazio a ciò che conta davvero. Perché l'arte del riordinare è anche una filosofia di vita che ti insegna a scegliere il meno per tenerti stretto soltanto ciò che ti rende felice.

4. LA POESIA È UN UNICORNO

di **Francesca Genti** (Mondadori, € 18,50)
L'autrice è una poetessa, ma non è una raccolta di versi (sebbene ce ne siano parecchi). Si tratta

invece di un libro "sulla" poesia che, come l'unicorno, ha poteri magici capaci di farti commuovere, ridere, indignare, innamorare. E che possono trasformare ogni giorno della tua vita in un componimento perfetto.

5. LE RICETTE DELLA SIGNORA TOKUE

di **Dorian Sukegawa** (Einaudi, € 18)
Un pasticciere triste e senza talento incontra una strana vecchina che grazie alla sua ricetta dei dorayaki, deliziosi dolci giapponesi, gli cambierà la vita. Favola moderna

sull'amicizia e la resilienza da leggere come antidoto alle giornate no (è stato anche tratto un film).

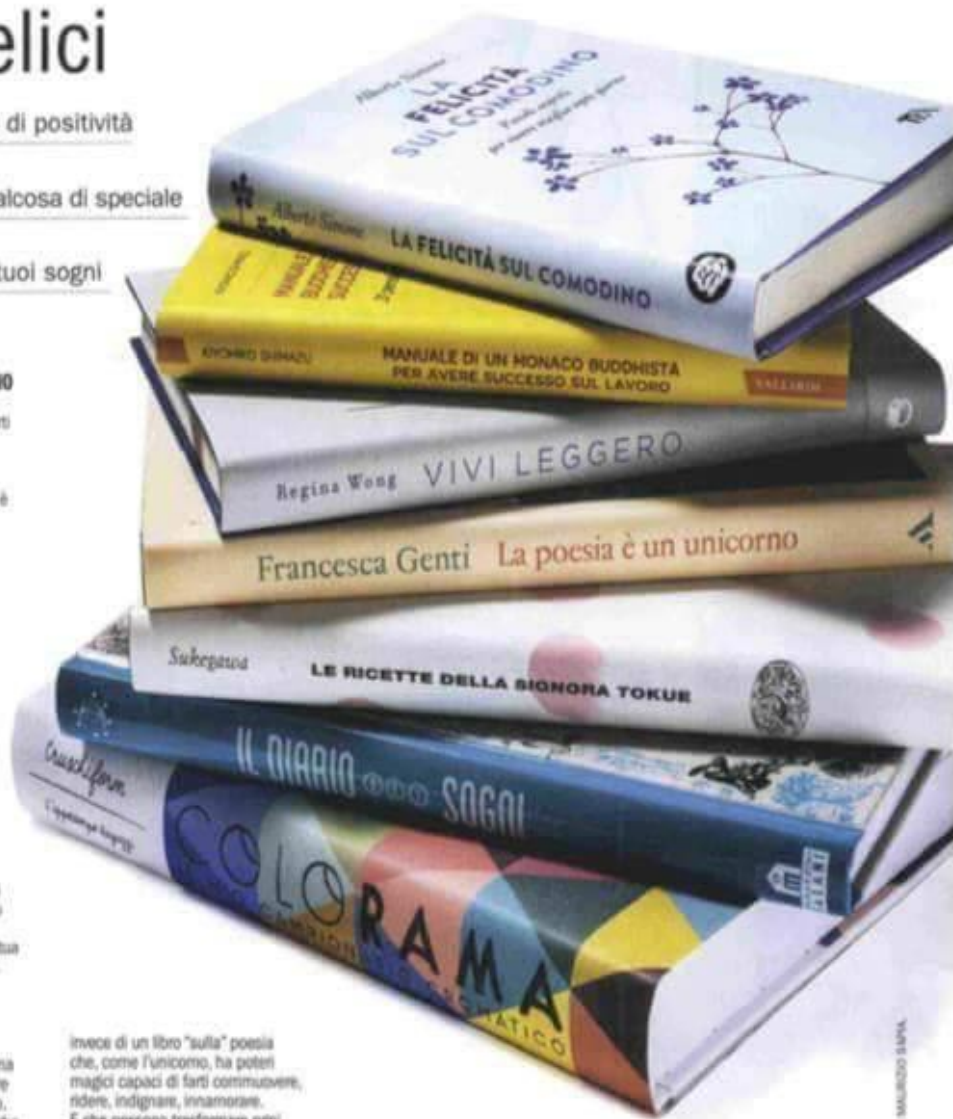
6. IL DIARIO DEI SOGNI

(Magazzini Salim, € 12,80)
Tutto quello che devi sapere per interpretare correttamente i tuoi sogni secondo i principi di Sigmund Freud. Con un diario dove annotarli appena sveglia.

7. COLORAMA

di **Cruschire** (L'ippocampo, € 19,90).

Dal rosa fiore di Sakura al blu iceberg, dall'arancio stirmi di zafferano all'azzurro giucio di pettirosso. Un delicato campionario cromatico (133 pantoni) pieno di poesia, che ti invita a guardare i colori che ti circondano con altri occhi.



TESTI DI ANDREA BARRICOLI - FOTO DI MAURIZIO DAMPA